

Lampiran 8

HASIL KESEGERAN JASMANI SDN KEPUTRAN 1

Tes Kesegaran Jasmani

| No | Nama Siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat Tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|-----------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|---------------|--------------|
| | | | | | | | | | T. Raihan | L.1 | L.2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Ahnafia W M | P | 7,6 | 3 | 3,01 | 2 | 20 | 5 | 135 | 157 | 160 | 165 | 30 | 3 | 3,43 | 2 | 15 | Sedang | 10 |
| 2 | Amanda O | P | 6,9 | 4 | 5,37 | 2 | 20 | 5 | 110 | 128 | 134 | 135 | 25 | 2 | 2,46 | 4 | 17 | Sedang | 10 |
| 3 | Andika Satria | L | 7,4 | 3 | 2,34 | 1 | 22 | 4 | 133 | 146 | 145 | 145 | 13 | 1 | 2,44 | 3 | 12 | kurang | 10 |
| 4 | Anne Rachel D | P | 8,5 | 2 | 1,81 | 2 | 24 | 5 | 130 | 145 | 146 | 152 | 22 | 2 | 3,15 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 5 | Annisa A M D | P | 7,4 | 4 | 2,35 | 2 | 15 | 4 | 112 | 145 | 146 | 152 | 40 | 4 | 3,15 | 2 | 16 | Sedang | 10 |
| 6 | Ardiko N J T | L | 7,5 | 3 | 6,35 | 2 | 23 | 5 | 136 | 150 | 145 | 150 | 14 | 1 | 3,05 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 7 | Devany Z | P | 8,2 | 3 | 5,27 | 2 | 20 | 5 | 139 | 168 | 165 | 170 | 31 | 3 | 3,39 | 2 | 15 | Sedang | 10 |
| 8 | Erlita Sari | P | 6,5 | 4 | 4,56 | 2 | 10 | 4 | 113 | 135 | 139 | 140 | 27 | 2 | 3,32 | 2 | 14 | Sedang | 10 |
| 9 | Farida Nurul H | P | 8,3 | 3 | 3,64 | 2 | 20 | 5 | 142 | 168 | 165 | 170 | 28 | 3 | 3,48 | 2 | 15 | Sedang | 10 |
| 10 | Feenda Sekar | P | 8,5 | 2 | 5,55 | 2 | 16 | 4 | 114 | 130 | 130 | 135 | 21 | 2 | 3,01 | 3 | 13 | Kurang | 11 |
| 11 | Ferry Agus P | L | 7,3 | 3 | 10,50 | 2 | 22 | 4 | 135 | 158 | 161 | 166 | 31 | 3 | 3,33 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 12 | Gita Ismaya N | P | 8,4 | 2 | 5,55 | 2 | 17 | 4 | 114 | 136 | 138 | 138 | 24 | 2 | 3,13 | 3 | 13 | Kurang | 10 |
| 13 | Isti H | P | 7,3 | 4 | 5,18 | 2 | 16 | 4 | 116 | 135 | 135 | 137 | 21 | 2 | 3,59 | 2 | 14 | Sedang | 10 |
| 14 | Latifah Nisa F | P | 8,5 | 2 | 1,72 | 2 | 16 | 4 | 136 | 157 | 157 | 161 | 25 | 2 | 3,12 | 3 | 13 | Kurang | 10 |
| 15 | Lutfi Anas A | L | 6,5 | 4 | 22,29 | 3 | 15 | 3 | 116 | 146 | 150 | 153 | 37 | 3 | 2,39 | 4 | 17 | Sedang | 11 |
| 16 | Mila Karolina | P | 7,9 | 3 | 1,82 | 2 | 10 | 3 | 135 | 150 | 150 | 150 | 15 | 1 | 4,26 | 1 | 10 | Kurang | 11 |
| 17 | Muhammad F | L | 8,4 | 2 | 4,42 | 2 | 12 | 3 | 136 | 151 | 151 | 153 | 17 | 1 | 2,39 | 1 | 9 | Kurang sekali | 10 |
| 18 | Muhammad R | L | 7,5 | 3 | 24,12 | 3 | 15 | 3 | 117 | 140 | 140 | 143 | 26 | 2 | 4,26 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 19 | M. Yustio P O | P | 7,4 | 3 | 11,02 | 2 | 20 | 3 | 138 | 168 | 168 | 170 | 32 | 3 | 4,08 | 2 | 13 | Kurang | 11 |
| 20 | Prameswari N | P | 8,4 | 2 | 10,42 | 3 | 19 | 4 | 115 | 145 | 145 | 146 | 31 | 3 | 3,23 | 3 | 15 | Sedang | 10 |
| 21 | Qory Nayla S | P | 7,0 | 4 | 7,33 | 2 | 17 | 4 | 145 | 166 | 166 | 170 | 25 | 2 | 4,08 | 2 | 14 | Sedang | 10 |
| 22 | Rangga Elang | L | 6,7 | 4 | 17,33 | 3 | 13 | 3 | 112 | 145 | 145 | 146 | 34 | 3 | 323 | 3 | 16 | Sedang | 10 |
| 23 | Reza F | L | 7,2 | 3 | 18,10 | 3 | 16 | 3 | 128 | 145 | 147 | 150 | 22 | 1 | 3,46 | 2 | 12 | Kurang | 10 |
| 24 | Riski Nurvita S | P | 7,4 | 4 | 4,83 | 2 | 16 | 4 | 132 | 152 | 152 | 163 | 31 | 3 | 3,12 | 3 | 16 | Sedang | 11 |
| 25 | RM. Bagus K | L | 7,7 | 3 | 11,58 | 2 | 11 | 3 | 120 | 140 | 142 | 143 | 23 | 1 | 4,02 | 1 | 10 | Kurang | 10 |
| 26 | Shabrina K | P | 6,9 | 4 | 2,42 | 2 | 3 | 2 | 126 | 140 | 140 | 142 | 16 | 1 | 3,23 | 3 | 12 | Kurang | 10 |
| 27 | Shanley N I | L | 7,7 | 3 | 8,20 | 2 | 14 | 3 | 111 | 135 | 136 | 137 | 26 | 2 | 3,14 | 2 | 12 | Kurang | 10 |
| 28 | Thesa H N F | P | 7,2 | 4 | 10,35 | 3 | 14 | 4 | 125 | 150 | 150 | 153 | 28 | 3 | 3,45 | 2 | 16 | Sedang | 10 |
| 29 | Viona Putri N | P | 7,6 | 3 | 7,01 | 2 | 14 | 4 | 120 | 142 | 145 | 145 | 25 | 2 | 3,54 | 2 | 13 | Kurang | 10 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|-----------|---|-----|---|-------|---|----|---|-----|-----|-----|-----|----|---|------|---|----|--------|----|
| 30 | Yulia S H | P | 6,6 | 5 | 10,54 | 3 | 13 | 3 | 120 | 140 | 136 | 140 | 20 | 1 | 2,58 | 3 | 15 | Sedang | 10 |
| 31 | Fredi | L | 7,3 | 3 | 17,16 | 3 | 18 | 4 | 129 | 159 | 163 | 163 | 34 | 3 | 2,41 | 2 | 15 | Sedang | 10 |
| 32 | Farel | L | 8,2 | 2 | 17,64 | 3 | 27 | 5 | 130 | 157 | 158 | 155 | 28 | 2 | 2,38 | 3 | 15 | Sedang | 11 |
| 33 | Noval | L | 6,7 | 4 | 6,09 | 2 | 20 | 4 | 125 | 150 | 155 | 155 | 30 | 2 | 3,12 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 34 | Noel | P | 8,4 | 2 | 3,86 | 2 | 16 | 4 | 117 | 137 | 139 | 140 | 23 | 2 | 3,51 | 2 | 12 | Kurang | 10 |
| 35 | Arkan | L | 7,8 | 2 | 8,42 | 2 | 18 | 4 | 114 | 147 | 140 | 140 | 33 | 2 | 2,58 | 3 | 13 | Kurang | 10 |

| No | Nama Siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | Nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|-------------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|---------------|--------------|
| | | | | | | | | | T.Raihan | L.1 | L.2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Affanda Artha N D | L | 8 | 2 | 20,21 | 3 | 20 | 4 | 126 | 157 | 157 | 160 | 34 | 3 | 3,23 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 2 | Andhika Prasetyo | L | 7,7 | 3 | 38,10 | 4 | 25 | 5 | 137 | 176 | 177 | 178 | 41 | 4 | 3,14 | 2 | 18 | Baik | 12 |
| 3 | Andhyaksa Surya | L | 8,1 | 4 | 1,58 | 1 | 21 | 4 | 146 | 167 | 167 | 169 | 23 | 2 | 4,01 | 2 | 13 | Kurang | 11 |
| 4 | Alfian Nur H | L | 7,4 | 3 | 1,49 | 1 | 20 | 4 | 124 | 153 | 156 | 157 | 33 | 3 | 3,34 | 1 | 12 | Kurang | 12 |
| 5 | Amirul Fatah | L | 9,1 | 1 | 1,59 | 1 | 13 | 3 | 134 | 157 | 160 | 162 | 28 | 2 | 4,06 | 2 | 9 | Kurang sekali | 11 |
| 6 | Angelina salma S | P | 9,9 | 1 | 9,14 | 3 | 7 | 3 | 137 | 154 | 154 | 154 | 17 | 1 | 4,85 | 1 | 9 | Kurang sekali | 11 |
| 7 | Bestiana W H | P | 7,6 | 3 | 4,45 | 2 | 8 | 3 | 140 | 165 | 165 | 167 | 27 | 2 | 3,54 | 2 | 12 | Kurang | 11 |
| 8 | Desti anggreini | P | 7,1 | 4 | 19,11 | 3 | 13 | 3 | 120 | 135 | 140 | 143 | 23 | 2 | 4,01 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 9 | Dhiya Aina Ulhaq | P | 6,6 | 5 | 5,45 | 2 | 13 | 3 | 140 | 163 | 165 | 167 | 27 | 2 | 3,54 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 10 | Elsa Hariela A | P | 8,4 | 2 | 1,45 | 1 | 7 | 3 | 140 | 164 | 165 | 166 | 26 | 2 | 3,56 | 2 | 10 | Kurang | 12 |
| 11 | Fardy Febriawan | L | 7,2 | 3 | 1,50 | 1 | 12 | 3 | 135 | 153 | 153 | 154 | 19 | 1 | 3,45 | 1 | 9 | Kurang sekali | 11 |
| 12 | Farhan Azhar K | L | 7,8 | 2 | 2,51 | 1 | 2 | 1 | 135 | 147 | 150 | 150 | 15 | 1 | 3,50 | 1 | 6 | Kurang sekali | 11 |
| 13 | Fandi Ahmad Y | L | 5,4 | 1 | 23,10 | 3 | 21 | 4 | 145 | 176 | 177 | 177 | 32 | 3 | 4,03 | 1 | 12 | Kurang | 12 |
| 14 | Ika Russetiani | P | 7,4 | 4 | 7,09 | 3 | 11 | 3 | 125 | 146 | 149 | 150 | 25 | 2 | 3,32 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 15 | Indra febiyantoro | L | 7,9 | 2 | 4,50 | 1 | 10 | 2 | 137 | 154 | 155 | 155 | 18 | 1 | 3,36 | 2 | 8 | Kurang sekali | 11 |
| 16 | Irayuna Jatmiko | P | 6,4 | 5 | 4,51 | 2 | 17 | 4 | 153 | 176 | 179 | 179 | 26 | 2 | 3,12 | 3 | 16 | Sedang | 11 |
| 17 | Lalu Moch.Rizky K | L | 8,2 | 2 | 32,10 | 4 | 22 | 5 | 116 | 146 | 147 | 147 | 31 | 3 | 3,53 | 1 | 15 | Sedang | 11 |
| 18 | Maharani Wijaya | P | 7,0 | 4 | 1,49 | 2 | 6 | 2 | 147 | 160 | 160 | 160 | 13 | 1 | 3,23 | 3 | 12 | Kurang | 11 |
| 19 | Muhammad Irfan | L | 7,5 | 3 | 2,21 | 1 | 14 | 3 | 140 | 165 | 165 | 166 | 26 | 2 | 4,02 | 1 | 10 | Kurang | 11 |
| 20 | Mukhamad B Y | L | 7,3 | 3 | 21,02 | 3 | 8 | 2 | 114 | 133 | 135 | 135 | 21 | 1 | 3,53 | 1 | 10 | Kurang | 11 |
| 21 | Muthia Dwi W | P | 8,3 | 3 | 1,555 | 2 | 8 | 3 | 147 | 167 | 173 | 175 | 28 | 2 | 4,01 | 2 | 12 | Kurang | 11 |
| 22 | Muhammad A P | L | 7,2 | 3 | 35,05 | 4 | 18 | 3 | 152 | 185 | 185 | 186 | 34 | 3 | 3,46 | 1 | 14 | Sedang | 11 |
| 23 | Noor Salsa A | P | 6,0 | 5 | 48,06 | 5 | 19 | 4 | 116 | 142 | 142 | 143 | 27 | 2 | 3,14 | 3 | 19 | Baik | 12 |
| 24 | Rachma C | P | 6,5 | 5 | 20,24 | 4 | 19 | 4 | 139 | 167 | 170 | 172 | 33 | 3 | 3,21 | 3 | 19 | Baik | 11 |
| 25 | Raffi Ryan Irawan | L | 7,1 | 3 | 4,35 | 1 | 14 | 3 | 135 | 163 | 167 | 170 | 35 | 3 | 3,12 | 2 | 12 | Kurang | 11 |
| 26 | RM. Rasyid Bima | L | 6,9 | 5 | 1,39 | 1 | 2 | 1 | 160 | 179 | 179 | 179 | 19 | 1 | 2,46 | 2 | 10 | Kurang | 12 |
| 27 | Ricko Pandu J | L | 8,2 | 2 | 2,20 | 1 | 10 | 2 | 125 | 140 | 146 | 147 | 22 | 1 | 4,02 | 1 | 7 | Kurang | 11 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|--------------------|---|-----|---|-------|---|----|---|-----|-----|-----|-----|----|---|------|---|----|--------|----|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | sekali | |
| 28 | Rifa'i Syarofiddin | L | 8,6 | 2 | 21,30 | 3 | 20 | 4 | 140 | 165 | 170 | 173 | 33 | 3 | 4,07 | 1 | 13 | Kurang | 12 |
| 29 | Thadika Audy A D | P | 7,7 | 3 | 17,23 | 3 | 13 | 3 | 119 | 145 | 147 | 147 | 28 | 3 | 3,34 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 30 | Untari Puspitasari | P | 7,6 | 3 | 17,21 | 3 | 10 | 3 | 130 | 149 | 150 | 151 | 21 | 2 | 3,56 | 2 | 13 | Kurang | 11 |
| 31 | Virama Salsabila | P | 7,4 | 5 | 18,21 | 3 | 8 | 3 | 140 | 161 | 164 | 165 | 25 | 2 | 3,32 | 2 | 15 | Sedang | 11 |
| 32 | Michelle Fanny S | P | 6,3 | 6 | 12,42 | 3 | 10 | 3 | 119 | 135 | 135 | 135 | 16 | 1 | 3,22 | 3 | 16 | Sedang | 10 |
| 33 | Bambang Savari P | L | 9,1 | 1 | 50,20 | 5 | 28 | 4 | 116 | 145 | 149 | 156 | 40 | 4 | 4,13 | 1 | 15 | Sedang | 12 |
| 34 | Sekar Putri Illona | P | 7,3 | 4 | 1,55 | 1 | 9 | 3 | 139 | 148 | 160 | 160 | 21 | 2 | 3,32 | 2 | 13 | kurang | 12 |

| No | Nama siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|------------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|---------------|--------------|
| | | | | | | | | | T.Raihan | L.1 | L.2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Hernanda D.P | L | 8,4 | 2 | 22,19 | 3 | 15 | 3 | 155 | 180 | 180 | 180 | 25 | 2 | 3,45 | 1 | 11 | Kurang | 12 |
| 2 | Alifta Friska A | P | 7,3 | 4 | 1,55 | 1 | 6 | 2 | 146 | 165 | 173 | 173 | 27 | 2 | 3,13 | 3 | 12 | Kurang | 12 |
| 3 | Andhika Akbar | L | 8,1 | 2 | 20,25 | 3 | 12 | 3 | 146 | 180 | 180 | 180 | 34 | 3 | 3,56 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 4 | Arby Novianto | L | 8,2 | 2 | 10,40 | 2 | 18 | 4 | 145 | 174 | 177 | 179 | 34 | 3 | 4,03 | 1 | 12 | Kurang | 12 |
| 5 | Arlan Alamsyah | L | 7,9 | 2 | 4,21 | 1 | 16 | 3 | 144 | 173 | 174 | 174 | 3 | 2 | 3,12 | 2 | 10 | Kurang | 12 |
| 6 | Bagas Wahyu B | L | 8,1 | 2 | 14,25 | 2 | 16 | 3 | 149 | 178 | 179 | 180 | 31 | 3 | 4,01 | 1 | 11 | Kurang | 12 |
| 7 | Bety hanum M | P | 7,3 | 4 | 6,21 | 2 | 7 | 3 | 118 | 137 | 137 | 141 | 23 | 2 | 3,46 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 8 | Brigita Arfa C | P | 6,5 | 5 | 1,45 | 1 | 14 | 4 | 130 | 152 | 157 | 158 | 28 | 3 | 3,12 | 2 | 15 | Sedang | 12 |
| 9 | Daffa Indra D | L | 6,9 | 4 | 2,35 | 1 | 17 | 3 | 146 | 178 | 178 | 180 | 34 | 3 | 3,15 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 10 | Dartiana S | P | 7,6 | 3 | 2,40 | 2 | 9 | 3 | 135 | 157 | 159 | 159 | 24 | 2 | 3,46 | 2 | 12 | Kurang | 12 |
| 11 | Dindha Imella K | P | 6,8 | 4 | 3,35 | 2 | 10 | 3 | 134 | 159 | 160 | 162 | 28 | 3 | 3,54 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 12 | Elsya Berliana N | P | 7,8 | 3 | 7,40 | 2 | 6 | 2 | 143 | 168 | 168 | 172 | 29 | 3 | 2,58 | 3 | 13 | Kurang | 12 |
| 13 | Elzananda P | P | 7,6 | 3 | 4,31 | 2 | 17 | 4 | 139 | 164 | 165 | 165 | 26 | 2 | 4,03 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 14 | Faradella Fatma | P | 6,8 | 5 | 1,25 | 1 | 2 | 2 | 135 | 155 | 155 | 156 | 21 | 2 | 3,34 | 2 | 12 | Kurang | 12 |
| 15 | Helga Rian Ilbah | P | 7 | 4 | 4,11 | 2 | 3 | 2 | 130 | 152 | 155 | 156 | 26 | 2 | 3,01 | 3 | 13 | Kurang | 12 |
| 16 | Ikhsan Pratama | L | 6,7 | 4 | 23,21 | 3 | 23 | 5 | 129 | 160 | 162 | 164 | 35 | 3 | 3,72 | 1 | 16 | Sedang | 12 |
| 17 | Krisana Pradana | L | 8,4 | 2 | 25,04 | 3 | 25 | 5 | 134 | 173 | 173 | 173 | 39 | 4 | 4,02 | 1 | 15 | Sedang | 12 |
| 18 | Martsa M | P | 9,2 | 2 | 10,21 | 3 | 6 | 2 | 135 | 157 | 157 | 160 | 25 | 2 | 4,13 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 19 | Maulana I Z | L | 7,4 | 3 | 2,41 | 1 | 12 | 3 | 125 | 140 | 142 | 142 | 17 | 1 | 3,42 | 2 | 10 | Kurang | 12 |
| 20 | Melinda Ega E | P | 5,6 | 5 | 1,50 | 1 | 16 | 4 | 137 | 160 | 160 | 161 | 24 | 2 | 3,01 | 3 | 15 | Sedang | 12 |
| 21 | Melenia Astari | P | 6,8 | 4 | 1,53 | 1 | 12 | 3 | 148 | 170 | 171 | 175 | 27 | 2 | 3,33 | 2 | 12 | Kurang | 12 |
| 22 | Mira Reina M | P | 7,6 | 3 | 2,10 | 2 | 4 | 2 | 130 | 152 | 155 | 155 | 25 | 2 | 2,57 | 3 | 12 | Kurang | 12 |
| 23 | Mohammad N I | L | 8,5 | 2 | 1,40 | 1 | 5 | 2 | 147 | 168 | 169 | 170 | 23 | 1 | 3,23 | 2 | 8 | Kurang sekali | 12 |
| 24 | Muhammad Y | L | 8,9 | 1 | 1,25 | 1 | 8 | 2 | 132 | 161 | 161 | 163 | 31 | 3 | 4,01 | 1 | 8 | Kurang sekali | 11 |
| 25 | Muhammad Y A | L | 6,6 | 4 | 3,24 | 1 | 5 | 2 | 150 | 170 | 171 | 172 | 22 | 1 | 3,46 | 1 | 9 | Kurang sekali | 11 |
| 26 | Nathaniela A | L | 9,1 | 1 | 11,21 | 2 | 13 | 3 | 140 | 165 | 170 | 171 | 31 | 3 | 4,13 | 1 | 10 | Kurang | 11 |
| 27 | R. Nestasharaji | L | 8,6 | 2 | 6,10 | 2 | 12 | 3 | 142 | 170 | 172 | 173 | 31 | 3 | 4,07 | 1 | 11 | Kurang | 12 |
| 28 | Nurputranto L | L | 8,2 | 2 | 12,21 | 2 | 24 | 5 | 129 | 161 | 164 | 163 | 35 | 3 | 4,02 | 1 | 13 | Kurang | 12 |
| 29 | Oktaviana A T | P | 6,8 | 4 | 4,25 | 2 | 17 | 4 | 134 | 161 | 163 | 159 | 29 | 2 | 3,03 | 3 | 15 | Sedang | 12 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|-----------------|---|-----|---|------|---|----|---|-----|-----|-----|-----|----|---|------|---|----|--------|----|
| 30 | Susi Listyawati | P | 6,9 | 4 | 1,50 | 1 | 2 | 2 | 139 | 161 | 161 | 163 | 24 | 2 | 3,54 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 31 | Titin Wahyuni | P | 6,4 | 5 | 3,21 | 2 | 4 | 2 | 144 | 170 | 171 | 173 | 29 | 3 | 3,23 | 3 | 15 | Sedang | 12 |
| 32 | Shelina Mustika | P | 7,4 | 4 | 5,15 | 1 | 13 | 3 | 149 | 173 | 174 | 176 | 27 | 2 | 3,53 | 2 | 12 | kurang | 11 |

Lampiran 9

HASIL TES KESEGERAN JASMANI SDN CORONGAN

Tes Kesegaran Jasmani

| No | Nama siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|--------------------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|-------------|--------------|
| | | | | | | | | | T.Raihan | L.1 | L.2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Arfika Nur Aini | P | 6,6 | 5 | 2,29 | 2 | 2 | 2 | 136 | 155 | 160 | 161 | 25 | 2 | 3,12 | 3 | 14 | Sedang | 11 |
| 2 | Lukman Nur Hakim | L | 7,1 | 3 | 13,08 | 2 | 13 | 3 | 115 | 140 | 137 | 148 | 33 | 3 | 3,03 | 2 | 13 | Sedang | 11 |
| 3 | Abret Ku Raharjo | P | 6,2 | 5 | 5,21 | 2 | 2 | 2 | 120 | 145 | 150 | 150 | 30 | 3 | 3,27 | 3 | 15 | Sedang | 10 |
| 4 | Allun Haidar | L | 6,9 | 4 | 8,25 | 2 | 5 | 2 | 121 | 140 | 141 | 142 | 21 | 1 | 3,11 | 2 | 11 | Kurang | 10 |
| 5 | Alvara Salma Dhini | P | 6,7 | 5 | 5,11 | 2 | 14 | 4 | 126 | 143 | 144 | 142 | 18 | 1 | 1,42 | 2 | 14 | Sedang | 10 |
| 6 | Anggi Dwi Septianingrum | P | 6,8 | 5 | 4,28 | 2 | 5 | 3 | 125 | 147 | 148 | 150 | 25 | 2 | 3,48 | 3 | 15 | Sedang | 11 |
| 7 | Ari Juliana Febrianti | P | 6,6 | 5 | 2,29 | 2 | 2 | 2 | 136 | 155 | 160 | 161 | 25 | 2 | 3,12 | 3 | 14 | Sedang | 10 |
| 8 | Atha Arnindhita Febriani | P | 6,2 | 5 | 5,21 | 2 | 2 | 2 | 120 | 145 | 150 | 150 | 30 | 3 | 3,27 | 3 | 15 | Sedang | 10 |
| 9 | Dini Wakhidah | P | 7,4 | 4 | 3,13 | 2 | 3 | 2 | 106 | 126 | 125 | 125 | 20 | 1 | 3,18 | 3 | 12 | Kurang | 11 |
| 10 | Farista | P | 8,8 | 2 | 12,45 | 3 | 11 | 3 | 133 | 150 | 154 | 151 | 21 | 1 | 4,19 | 2 | 11 | Kurang | 10 |
| 11 | Fauzan Nur Rizky P | L | 6,2 | 5 | 17,42 | 3 | 19 | 4 | 114 | 136 | 140 | 140 | 26 | 2 | 3,06 | 2 | 16 | Sedang | 10 |
| 12 | Haniah | P | 8 | 3 | 8,30 | 3 | 4 | 2 | 100 | 130 | 130 | 130 | 30 | 3 | 3,15 | 3 | 14 | Sedang | 10 |
| 13 | Jalu Kunanding | L | 7 | 3 | 9,21 | 2 | 5 | 2 | 133 | 150 | 150 | 152 | 19 | 1 | 3,11 | 2 | 10 | Kurang | 10 |
| 14 | Kharisma Puspa Ningtyas | P | 7,1 | 4 | 16,01 | 3 | 3 | 2 | 116 | 140 | 140 | 140 | 24 | 2 | 3,32 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 15 | Meutia Azzahra R | P | 8 | 3 | 11,25 | 3 | 2 | 2 | 100 | 116 | 120 | 121 | 21 | 2 | 3,19 | 3 | 13 | Kurang | 10 |
| 16 | Moch. Bagus Arya A | L | 7,6 | 3 | 28,41 | 3 | 17 | 3 | 121 | 152 | 157 | 161 | 40 | 4 | 3,08 | 2 | 15 | Sedang | 10 |
| 17 | Muh. Dzikri Faturahman | L | 6,9 | 4 | 40 | 4 | 20 | 4 | 100 | 130 | 148 | 149 | 49 | 4 | 2,20 | 4 | 20 | Baik | 10 |
| 18 | Rangga Daffa Adila | L | 7,5 | 3 | 12,16 | 2 | 8 | 2 | 135 | 158 | 160 | 160 | 25 | 2 | 3,08 | 2 | 11 | Kurang | 11 |
| 19 | Retno Setyaningrum | P | 7 | 4 | 8,21 | 3 | 2 | 2 | 123 | 133 | 145 | 145 | 22 | 2 | 3,42 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 20 | Rhega Khalilou Fadiga | L | 6,7 | 4 | 38 | 4 | 20 | 4 | 130 | 155 | 154 | 170 | 40 | 4 | 2,30 | 4 | 20 | Baik | 10 |
| 21 | Seno Bimantoro | L | 7,2 | 3 | 11,40 | 2 | 17 | 3 | 121 | 153 | 154 | 155 | 34 | 3 | 3,13 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 22 | Sindia Eka Desi Safitri | P | 7,1 | 4 | 4,09 | 2 | 5 | 2 | 114 | 136 | 140 | 141 | 27 | 2 | 3,17 | 3 | 13 | Kurang | 10 |
| 23 | Tri Puji Astuti | P | 6,7 | 5 | 5,21 | 2 | 12 | 3 | 107 | 131 | 131 | 130 | 24 | 2 | 3,18 | 3 | 15 | Sedang | 10 |
| 24 | Uswatun Hasanah | P | 6,2 | 5 | 2,54 | 2 | 2 | 2 | 128 | 130 | 130 | 137 | 9 | 1 | 3,33 | 2 | 12 | Kurang | 10 |
| 25 | Vera Sukma Febriyana | P | 6,4 | 5 | 3,03 | 2 | 3 | 2 | 130 | 150 | 151 | 154 | 24 | 2 | 3,32 | 2 | 13 | Kurang | 10 |
| 26 | Vinda Alvionita | P | 6,2 | 5 | 1,58 | 2 | 4 | 2 | 117 | 137 | 137 | 140 | 23 | 2 | 3,17 | 3 | 14 | Sedang | 10 |
| 27 | Yunika Puti Vidya Mani | P | 6,6 | 5 | 8,22 | 3 | 11 | 3 | 125 | 135 | 135 | 142 | 17 | 1 | 3,21 | 3 | 15 | Sedang | 11 |
| 28 | Sania Tri Devita | P | 7,6 | 3 | 10,24 | 3 | 2 | 2 | 130 | 150 | 150 | 155 | 25 | 2 | 3,13 | 3 | 13 | Kurang | 11 |
| 29 | Nur Cahya Widiyanto | L | 6,5 | 4 | 30,54 | 4 | 5 | 2 | 117 | 144 | 144 | 144 | 27 | 2 | 3,42 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 30 | M. Daffa Novetra | L | 6,9 | 4 | 36,04 | 4 | 15 | 3 | 125 | 147 | 147 | 150 | 25 | 2 | 3,11 | 2 | 15 | Sedang | 11 |
| 31 | Pratama Yoga | L | 6,8 | 4 | 38 | 4 | 20 | 4 | 130 | 155 | 154 | 170 | 40 | 4 | 2,30 | 4 | 20 | Baik | 11 |

| No | Nama siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|------------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|-------------|--------------|
| | | | | | | | | | T.Raihan | L.1 | L2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Rafrindra Cahya | L | 7,2 | 3 | 20,30 | 3 | 13 | 3 | 135 | 167 | 170 | 170 | 35 | 3 | 3,02 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 2 | Noval Aji P | L | 6,7 | 4 | 4,82 | 1 | 9 | 2 | 140 | 162 | 162 | 162 | 22 | 2 | 3,10 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 3 | Nur Isnaini | P | 7,5 | 4 | 1,53 | 3 | 4 | 4 | 133 | 155 | 154 | 156 | 23 | 2 | 3,12 | 2 | 15 | Sedang | 12 |
| 4 | Adhe Surya P | L | 6,1 | 5 | 5,90 | 2 | 8 | 2 | 142 | 170 | 171 | 173 | 31 | 3 | 2,53 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 5 | Agung Prasetya | L | 5,9 | 4 | 7,90 | 4 | 10 | 4 | 133 | 151 | 155 | 160 | 27 | 4 | 2,51 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 6 | Siwi Aditya | L | 6,8 | 4 | 8,89 | 2 | 18 | 4 | 124 | 136 | 149 | 149 | 25 | 2 | 2,55 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 7 | Aditya Aga S | L | 6,3 | 5 | 4,13 | 1 | 8 | 2 | 115 | 145 | 146 | 146 | 31 | 1 | 3,02 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 8 | Afiana Muslikah | P | 8,8 | 2 | 1,57 | 1 | 8 | 3 | 125 | 133 | 131 | 142 | 17 | 2 | 3,14 | 3 | 11 | Kurang | 12 |
| 9 | Albima Bagus P | L | 6,2 | 5 | 11,32 | 2 | 19 | 4 | 127 | 160 | 161 | 165 | 38 | 3 | 3,01 | 2 | 16 | Sedang | 12 |
| 10 | Allifersa Naufal | L | 6,4 | 4 | 11,50 | 2 | 10 | 2 | 126 | 145 | 149 | 151 | 25 | 2 | 3,05 | 2 | 12 | Kurang | 11 |
| 11 | Andra Cahya K | L | 5,8 | 5 | 11,59 | 2 | 4 | 2 | 112 | 135 | 140 | 140 | 28 | 2 | 3,08 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 12 | Azhar Alfiandy | L | 6,7 | 4 | 36,42 | 4 | 15 | 3 | 120 | 147 | 147 | 147 | 27 | 2 | 3,15 | 2 | 15 | Sedang | 11 |
| 13 | Dimas Adi P | L | 6,7 | 4 | 5,25 | 4 | 14 | 4 | 117 | 130 | 134 | 135 | 18 | 4 | 3,11 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 14 | Eko K | L | 6,8 | 4 | 18,31 | 3 | 13 | 3 | 127 | 157 | 157 | 160 | 33 | 3 | 2,49 | 2 | 15 | Sedang | 12 |
| 15 | Evy Setyaningsih | P | 7,4 | 4 | 17,55 | 3 | 15 | 4 | 129 | 150 | 151 | 152 | 23 | 2 | 3,21 | 3 | 16 | Sedang | 11 |
| 16 | Febrianan R | P | 6,8 | 4 | 14,65 | 3 | 15 | 4 | 121 | 152 | 147 | 146 | 31 | 2 | 3,33 | 2 | 15 | Sedang | 11 |
| 17 | Hafizah Nur A | P | 6,5 | 4 | 3,01 | 3 | 6 | 4 | 136 | 157 | 150 | 156 | 21 | 2 | 3,42 | 2 | 15 | Sedang | 11 |
| 18 | Hanggrahita D L | P | 7,1 | 4 | 4,44 | 2 | 7 | 3 | 128 | 147 | 152 | 152 | 24 | 2 | 3,23 | 3 | 14 | Sedang | 11 |
| 19 | Ika wahyuni | P | 7 | 4 | 1,90 | 1 | 5 | 2 | 135 | 165 | 157 | 146 | 30 | 1 | 3,24 | 3 | 11 | Kurang | 11 |
| 20 | Kemala | P | 6,7 | 5 | 2,30 | 2 | 22 | 5 | 130 | 145 | 147 | 156 | 26 | 2 | 3,18 | 3 | 17 | Sedang | 11 |
| 21 | Keumala Asyifa | P | 6,4 | 5 | 2,63 | 2 | 7 | 3 | 142 | 148 | 165 | 166 | 24 | 2 | 3,42 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 22 | Khofifah Intan | P | 6,7 | 5 | 4,12 | 2 | 13 | 3 | 140 | 134 | 145 | 148 | 8 | 1 | 3,20 | 3 | 14 | Sedang | 12 |
| 23 | Latifah Siti N A | P | 6,7 | 5 | 6,99 | 2 | 3 | 2 | 125 | 148 | 148 | 147 | 23 | 2 | 3,49 | 2 | 13 | Kurang | 11 |
| 24 | M Rizky Fauzan | L | 5,8 | 5 | 6,50 | 2 | 10 | 2 | 121 | 131 | 134 | 136 | 15 | 1 | 3,28 | 2 | 12 | Kurang | 11 |
| 25 | M Bayu S | L | 6,2 | 5 | 44,82 | 4 | 14 | 3 | 117 | 147 | 148 | 146 | 31 | 2 | 4,03 | 1 | 15 | Sedang | 12 |
| 26 | Ramadhan D S | L | 6,2 | 5 | 12,21 | 2 | 8 | 2 | 147 | 169 | 175 | 165 | 28 | 1 | 3,11 | 2 | 12 | Kurang | 12 |
| 27 | Rizky Febriana | P | 6,6 | 5 | 3,84 | 3 | 3 | 4 | 146 | 165 | 168 | 166 | 22 | 2 | 3,52 | 3 | 17 | Sedang | 11 |
| 28 | Risva Subekti | P | 7,6 | 5 | 3,22 | 2 | 11 | 3 | 119 | 138 | 142 | 139 | 23 | 2 | 3,22 | 3 | 15 | Sedang | 11 |
| 29 | Rosyidin Anwar | L | 6,6 | 4 | 24,33 | 4 | 24 | 4 | 111 | 142 | 142 | 142 | 31 | 4 | 3,16 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 30 | Sefia Intan P | P | 6,9 | 4 | 9,03 | 3 | 15 | 4 | 129 | 154 | 148 | 153 | 25 | 2 | 3,42 | 2 | 15 | Sedang | 12 |
| 31 | Vivi Wulandari | P | 6,2 | 5 | 12,81 | 3 | 14 | 4 | 130 | 153 | 157 | 156 | 27 | 2 | 3,22 | 3 | 17 | Sedang | 12 |
| 32 | Yoga Ari Bagus Y | L | 6,1 | 5 | 9,17 | 2 | 16 | 3 | 134 | 160 | 160 | 162 | 28 | 2 | 3,17 | 2 | 14 | Sedang | 11 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|------------------|---|-----|---|-------|---|----|---|-----|-----|-----|-----|----|---|------|---|----|--------|----|
| 33 | Yoga Pratama A | L | 6,4 | 4 | 19,53 | 3 | 16 | 3 | 111 | 135 | 138 | 138 | 27 | 2 | 2,49 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 34 | Wigo Sumahar | L | 5,4 | 5 | 11,64 | 2 | 13 | 3 | 121 | 153 | 148 | 150 | 32 | 2 | 3,06 | 2 | 14 | Sedang | 11 |
| 35 | Laila Qutratun N | P | 6,5 | 5 | 2,51 | 2 | 9 | 3 | 127 | 145 | 159 | 152 | 32 | 2 | 3,23 | 3 | 15 | Sedang | 11 |

| No | Nama Siswa | Jenis kelamin | Lari 40 m | nilai | G. Siku tekuk | nilai | Baring duduk | nilai | Loncat tegak | | | | | nilai | Lari 600 m | nilai | Jumlah | Klasifikasi | Umur (Tahun) |
|----|-------------------|---------------|-----------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------------|-----|-----|-----|--------------|-------|------------|-------|--------|-------------|--------------|
| | | | | | | | | | T.Raihan | L.1 | L.2 | L.3 | Hasil loncat | | | | | | |
| 1 | Moko Prasetya | L | 6,8 | 4 | 20,21 | 3 | 10 | 2 | 146 | 170 | 173 | 178 | 32 | 3 | 3,12 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 2 | Zihnil Wan A | P | 8,6 | 4 | 6,27 | 4 | 10 | 4 | 143 | 179 | 167 | 173 | 36 | 4 | 3,21 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 3 | Rendi Bagaskara | L | 7,1 | 2 | 48,18 | 5 | 11 | 2 | 148 | 166 | 180 | 183 | 35 | 3 | 3,09 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 4 | Sinta Yuni N | P | 8,2 | 2 | 3,24 | 2 | 14 | 4 | 137 | 183 | 154 | 153 | 46 | 1 | 3,53 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 5 | Achmad Baehaki | L | 7,4 | 2 | 6,37 | 2 | 10 | 2 | 138 | 153 | 172 | 173 | 35 | 3 | 2,57 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 6 | Afrizal Suyudi | L | 9,2 | 4 | 11,78 | 4 | 11 | 4 | 115 | 169 | 132 | 143 | 54 | 4 | 3,06 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 7 | Agnes Monita | P | 7,2 | 4 | 3,49 | 2 | 12 | 3 | 125 | 140 | 148 | 150 | 25 | 2 | 4,09 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 8 | Agung Santoso | L | 8,2 | 2 | 40,31 | 4 | 8 | 2 | 126 | 148 | 162 | 160 | 36 | 3 | 3,07 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 9 | Agustin Fazah Y | P | 8,0 | 3 | 39,18 | 4 | 12 | 3 | 103 | 157 | 125 | 126 | 54 | 2 | 3,32 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 10 | Ahmad Husen | L | 7,1 | 3 | 15,46 | 3 | 14 | 3 | 127 | 125 | 152 | 152 | 25 | 2 | 3,04 | 2 | 13 | Kurang | 12 |
| 11 | Aldy Setyawan | L | 5,5 | 5 | 30,25 | 3 | 16 | 3 | 147 | 149 | 185 | 185 | 38 | 4 | 3,13 | 2 | 17 | Sedang | 12 |
| 12 | Alifian Nur R | L | 8,6 | 2 | 21,34 | 3 | 4 | 2 | 125 | 180 | 147 | 147 | 55 | 1 | 3,21 | 2 | 10 | Kurang | 11 |
| 13 | Ata Alfadila | L | 7,3 | 3 | 27,49 | 3 | 14 | 3 | 137 | 150 | 172 | 171 | 35 | 3 | 3,21 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 14 | Della Isma S | P | 8,9 | 2 | 3,44 | 2 | 2 | 2 | 140 | 175 | 156 | 162 | 35 | 2 | 4,03 | 2 | 10 | Kurang | 12 |
| 15 | Dito Cahyawan | L | 6,3 | 5 | 8,41 | 2 | 12 | 3 | 134 | 151 | 160 | 164 | 30 | 2 | 3,14 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 16 | Ella Vita Eka | P | 8,5 | 2 | 2,04 | 2 | 10 | 3 | 128 | 165 | 145 | 149 | 37 | 2 | 3,39 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 17 | Fatimah Azzahra | P | 9,4 | 3 | 1,74 | 4 | 11 | 3 | 139 | 149 | 166 | 167 | 28 | 2 | 3,38 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 18 | Muh. Fajar Sidik | L | 7,1 | 4 | 30,38 | 3 | 11 | 4 | 138 | 169 | 165 | 171 | 33 | 3 | 3,26 | 2 | 16 | Sedang | 12 |
| 19 | Novem Andika | L | 7,2 | 4 | 10,24 | 3 | 22 | 4 | 138 | 155 | 154 | 151 | 17 | 3 | 3,58 | 2 | 16 | Sedang | 12 |
| 20 | Novita P S | P | 8,2 | 3 | 10,26 | 3 | 12 | 3 | 129 | 148 | 153 | 153 | 24 | 2 | 3,23 | 3 | 14 | Sedang | 12 |
| 21 | Novita Sari | P | 8,3 | 3 | 10,47 | 4 | 11 | 3 | 152 | 165 | 170 | 172 | 20 | 2 | 3,22 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 22 | Nurika Yuliana | P | 8,5 | 4 | 2,69 | 3 | 5 | 4 | 148 | 172 | 165 | 171 | 24 | 3 | 3,41 | 2 | 16 | Sedang | 12 |
| 23 | Nurul Atikah | P | 7,6 | 3 | 9,40 | 3 | 3 | 2 | 125 | 140 | 143 | 141 | 18 | 1 | 3,22 | 3 | 12 | Kurang | 12 |
| 24 | Nurun Ni'mah | P | 7,7 | 4 | 1,51 | 4 | 5 | 4 | 124 | 130 | 128 | 131 | 7 | 4 | 3,53 | 4 | 20 | Baik | 12 |
| 25 | Rdiam Zidki | L | 7,1 1 | 5 | 14,55 | 2 | 14 | 3 | 129 | 160 | 156 | 159 | 31 | 2 | 3,05 | 2 | 14 | Sedang | 12 |
| 26 | Siti Nur Hidayati | P | 8,2 | 3 | 3,40 | 2 | 12 | 3 | 128 | 148 | 146 | 147 | 20 | 1 | 4,03 | 2 | 11 | Kurang | 12 |
| 27 | Sunandi Suraji R | L | 8,6 | 2 | 7,51 | 2 | 18 | 4 | 120 | 146 | 149 | 150 | 30 | 2 | 2,51 | 1 | 11 | Kurang | 12 |
| 28 | Syahriyal Krisna | L | 6,8 | 4 | 16,25 | 3 | 18 | 4 | 130 | 163 | 165 | 166 | 36 | 3 | 3,12 | 2 | 16 | Sedang | 12 |
| 29 | Tri Fuji Listiani | P | 9,0 | 2 | 1,35 | 1 | 5 | 2 | 142 | 160 | 165 | 169 | 27 | 2 | 3,28 | 3 | 10 | Kurang | 12 |
| 30 | Vaivi Cahya Z | P | 7,7 | 3 | 4,54 | 2 | 11 | 3 | 123 | 152 | 150 | 148 | 29 | 2 | 3,41 | 2 | 12 | Kurang | 12 |
| 31 | Windi Bella O | P | 6,8 | 4 | 6,03 | 2 | 12 | 3 | 139 | 148 | 143 | 153 | 14 | 1 | 3,20 | 3 | 13 | Kurang | 12 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----------------|---|-----|---|-------|---|----|---|-----|-----|-----|-----|----|---|------|---|----|--------|----|
| 32 | Aldiansyah R | L | 6,1 | 5 | 26,10 | 3 | 23 | 5 | 128 | 169 | 169 | 167 | 41 | 4 | 2,56 | 2 | 19 | Baik | 12 |
| 33 | Oktavia Isti M | P | 8,2 | 3 | 14,08 | 3 | 13 | 3 | 121 | 143 | 141 | 143 | 22 | 2 | 3,42 | 2 | 13 | kurang | 12 |

Lampiran 10

Data statistik SD N Keputran 1

Statistics

VAR00002

| | | |
|----------------|---------|--------------------|
| N | Valid | 101 |
| | Missing | 0 |
| Mean | | 12.8416 |
| Median | | 13.0000 |
| Mode | | 12.00 ^a |
| Std. Deviation | | 2.49292 |
| Minimum | | 6.00 |
| Maximum | | 19.00 |
| Sum | | 1297.00 |

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 11

SD N CORONGAN

Statistics

VAR00003

| | | |
|----------------|---------|--------------------|
| N | Valid | 99 |
| | Missing | 0 |
| Mean | | 14.202 |
| Median | | 14.0000 |
| Mode | | 14.00 ^a |
| Std. Deviation | | 2.555 |
| Minimum | | 10.00 |
| Maximum | | 20.00 |
| Sum | | 1289.00 |

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 12

T test

Paired Samples Statistics

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|----------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Corongan | 14.20 | 99 | 2.555 | .257 |
| | Keputran | 12.83 | 99 | 2.507 | .252 |

Paired Samples Correlations

| | | N | Correlation | Sig. |
|--------|---------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Corongan & Keputran | 99 | .106 | .297 |

Paired Samples Test

| | | Paired Differences | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|---------------------|--------------------|-------|------------|---|-----------|-------|----|-----------------|
| | | | Std. | Std. Error | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Mean | Deviation | | | |
| Pair 1 | Corongan - Keputran | 1.374 | 3.385 | .340 | .699 | 2.049 | 4.037 | 98 | .000 |

Lampiran 13

Uji chi

Case Processing Summary

| | Cases | | | | | |
|---------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | Valid | | Missing | | Total | |
| | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| Corongan * Keputran | 99 | 98.0% | 2 | 2.0% | 101 | 100.0% |

Chi-Square Tests

| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|----------------------|-----|-----------------------|
| Pearson Chi-Square | 163.035 ^a | 117 | .003 |
| Likelihood Ratio | 127.661 | 117 | .236 |
| Linear-by-Linear Association | 1.097 | 1 | .295 |
| N of Valid Cases | 99 | | |

a. 140 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .01.

Symmetric Measures

| | | Value | Asymp. Std. Error ^a | Approx. T ^b | Approx. Sig. |
|----------------------|----------------------|-------|--------------------------------|------------------------|-------------------|
| Interval by Interval | Pearson's R | .106 | .092 | 1.048 | .297 ^c |
| Ordinal by Ordinal | Spearman Correlation | .084 | .103 | .830 | .408 ^c |
| N of Valid Cases | | 99 | | | |

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Lampiran 14

UJI F

KEPUTRAN

Test of Homogeneity of Variances

keputran

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|--------------------|-----|-----|------|
| 1.775 ^a | 8 | 88 | .093 |

a. Groups with only one case are ignored in computing the test of homogeneity of variance for keputran.

ANOVA

keputran

| | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|-------|------|
| Between Groups | 103.240 | 10 | 10.324 | 1.772 | .078 |
| Within Groups | 512.840 | 88 | 5.828 | | |
| Total | 616.081 | 98 | | | |

CORONGAN

Test of Homogeneity of Variances

Corongan

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|--------------------|-----|-----|------|
| 1.541 ^a | 10 | 85 | .139 |

a. Groups with only one case are ignored in computing the test of homogeneity of variance for Corongan.

ANOVA

Corongan

| | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|----------------|----------------|----|-------------|-------|------|
| Between Groups | 129.428 | 13 | 9.956 | 1.658 | .085 |
| Within Groups | 510.532 | 85 | 6.006 | | |
| Total | 639.960 | 98 | | | |

Lampiran 15

UJI NORMALITAS

Descriptive Statistics

| | N | Mean | Std. Deviation | Minimum | Maximum |
|----------|-----|-------|----------------|---------|---------|
| keputran | 101 | 12.84 | 2.493 | 6 | 19 |
| Corongan | 99 | 13.02 | 1.938 | 8 | 19 |

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | keputran | Corongan |
|----------------------------------|----------------|----------|----------|
| N | | 101 | 99 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 12.84 | 13.02 |
| | Std. Deviation | 2.493 | 1.938 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .130 | .105 |
| | Positive | .089 | .105 |
| | Negative | -.130 | -.102 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | 1.309 | 1.040 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .065 | .229 |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Descriptive Statistics

| | N | Mean | Std. Deviation | Minimum | Maximum |
|----------|-----|-------|----------------|---------|---------|
| Corongan | 99 | 14.20 | 2.555 | 10 | 20 |
| Keputran | 101 | 12.84 | 2.493 | 6 | 19 |

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Corongan | Keputran |
|----------------------------------|----------------|----------|----------|
| N | | 99 | 101 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 14.20 | 12.84 |
| | Std. Deviation | 2.555 | 2.493 |
| Most Extreme Differences | Absolute | .165 | .130 |
| | Positive | .165 | .089 |
| | Negative | -.087 | -.130 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | | 1.645 | 1.309 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .009 | .065 |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

TES KESEGERAN JASMANI INDONESIA (TKJI)

Pengantar :

Dalam lokakarya kesegaran jasmani yang dilaksanakan pada tahun 1984 “ Tes Kesegaran Jasmani Indonesia “ (TKJI) telah disepakati dan ditetapkan menjadi instrumen / alat tes yang berlaku di seluruh wilayah Indonesia karena TKJI disusun dan disesuaikan dengan kondisi anak Indonesia. TKJI dibagi dalam 4 kelompok usia, yaitu : 6-9 tahun, 10-12 tahun, 13-15 tahun, dan 16-19 tahun. Akan tetapi pada handout ini akan dibahas TKJI pada kelompok usia 13-15 tahun dan 16-19 tahun.

Sebelum terjun ke sekolah-sekolah untuk melaksanakan tugas matakuliah Tes dan Pengukuran Penjas dengan melakukan tes kesegaran jasmani pada siswa-siswi, maka diharapkan mahasiswa dapat memahami dengan baik peraturan dan tata cara pelaksanaan TKJI sehingga diharapkan hasil tes yang diperoleh adalah benar dan dapat dipercaya.

Tulisan berikut adalah tulisan adaptasi dari buku Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk kelompok usia 13-15 tahun dan 16-19 tahun yang diharapkan dapat membantu mahasiswa untuk memahami peraturan dan tata cara TKJI dengan baik dan benar. Semoga bermanfaat.

A. Rangkaian Tes

Tes kebugaran jasmani Indonesia terdiri dari :

- a. lari 40 meter
- b. gantung siku tekuk
- c. baring duduk (*sit up*) selama 30 detik
- d. loncat tegak (*vertical jump*)
- e. lari 600 meter

B. Kegunaan Tes

Tes kebugaran jasmani Indonesia digunakan untuk mengukur dan menentukan tingkat kebugaran jasmani remaja (sesuai kelompok usia masing-masing).

C. Alat dan Fasilitas

- 1. Lintasan lari / lapangan yang datar dan tidak licin
- 2. Stopwatch
- 3. Bendera start
- 4. Tiang pancang
- 5. Nomor dada
- 6. Palang tunggal untuk gantung siku
- 7. Papan berskala untuk papan loncat
- 8. Serbuk kapur
- 9. Penghapus
- 10. Formulir tes

11. Peluit

12. Alat tulis dll

D. Ketentuan Tes

TKJI merupakan satu rangkaian tes, oleh karena itu semua butir tes harus dilaksanakan secara berurutan, terus- menerus dan tidak terputus dengan memperhatikan kecepatan perpindahan butir tes ke butir tes berikutnya dalam 3 menit. Perlu dipahami bahwa butir tes dalam TKJI bersifat baku dan tidak boleh dibolak-balik , dengan urutan pelaksanaan tes sebagai berikut :

Pertama : Lari 40 meter

Kedua : Gantung siku tekuk

Ketiga : Baring duduk 30 detik

Keempat : Loncat tegak

Kelima : Lari 600 meter

E. Petunjuk Umum

1. Peserta

- a. Dalam kondisi sehat dan siap untuk melaksanakan tes
- b. Diharapkan sudah makan maksimal 2 jam sebelum tes
- c. Memakai sepatu dan pakaian olahraga
- d. Melakukan pemanasan (*warming up*)
- e. Memahami tata cara pelaksanaan tes

- f. Jika tidak dapat melaksanakan salah satu / lebih dari tes maka tidak mendapatkan nilai / gagal.

2. Petugas

- a. Mengarahkan peserta untuk melakukan pemanasan (*warming up*)
- b. Memberikan nomor dada yang jelas dan mudah dilihat petugas
- c. Memberikan pengarahannya kepada peserta tentang petunjuk pelaksanaan tes dan mengizinkan mereka untuk mencoba gerakan-gerakan tersebut.
- d. Memperhatikan kecepatan perpindahan pelaksanaan butir tes ke butir tes berikutnya dengan tempo sesingkat mungkin dan tidak menunda waktu
- e. Tidak memberikan nilai pada peserta yang tidak dapat melakukan satu butir tes atau lebih
- f. Mencatat hasil tes dapat menggunakan formulir tes perorangan atau per butir tes

F. Petunjuk Pelaksanaan Tes

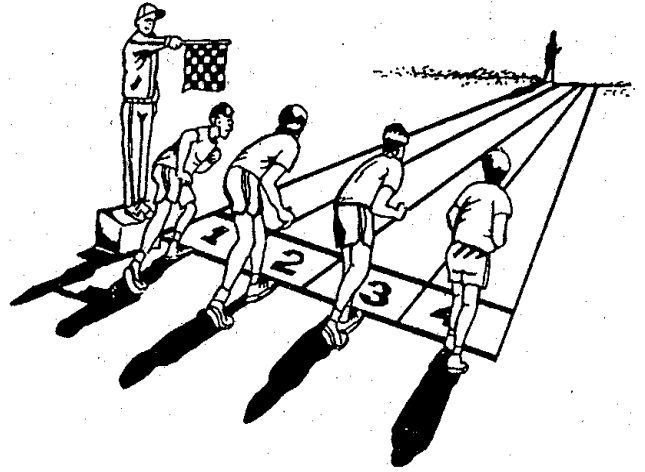
1. Lari 40 Meter

a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur kecepatan

b. Alat dan Fasilitas

- 1) Lintasan lurus, rata, tidak licin, mempunyai lintasan lanjutan, berjarak 30 / 40 meter
- 2) Bendera start



- 3) Peluit
- 4) Tiang pancang
- 5) Stop watch
- 6) Serbuk kapur
- 7) Formulir TKJI
- 8) Alat tulis

c. Petugas Tes

- 1) Petugas pemberangkatan
- 2) Pengukur waktu merangkap pencatat hasil tes

d. Pelaksanaan

1) Sikap permulaan

Peserta berdiri dibelakang garis start

2) Gerakan

- a) pada aba-aba “SIAP” peserta mengambil sikap start berdiri, siap untuk lari
- b) pada aba- aba “YA” peserta lari secepat mungkin menuju garis finish

3) Lari masih bisa diulang apabila peserta :

- a) mencuri start
- b) tidak melewati garis finish
- c) terganggu oleh pelari lainnya
- d) jatuh / terpeleset

4) Pengukuran waktu

Pengukuran waktu dilakukan dari saat bendera start diangkat sampai pelari melintasi garis Finish.

5) Pencatat hasil

- 1) hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh pelari untuk menempuh jarak 30 / 40 meter dalam satuan detik
- 2) waktu dicatat satu angka dibelakang koma

2. Tes Gantung Siku Tekuk

a) Tujuan

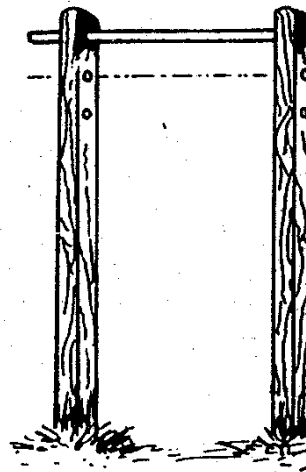
Tes ini bertujuan untuk mengukur kekuatan dan ketahanan otot lengan dan bahu

b) Alat dan fasilitas

- 1) lantai rata dan bersih
- 2) palang tunggal yang dapat diatur ketinggiannya yang disesuaikan dengan ketinggian peserta. Pipa pegangan terbuat dari besi ukuran $\frac{3}{4}$ inci
- 3) stopwatch
- 4) serbuk kapur atau magnesium karbonat
- 5) alat tulis

c) Petugas tes

- 1) pengamat waktu



2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil

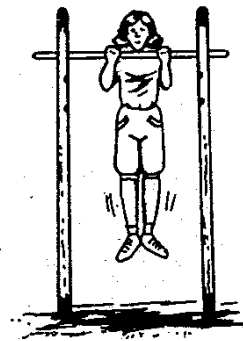
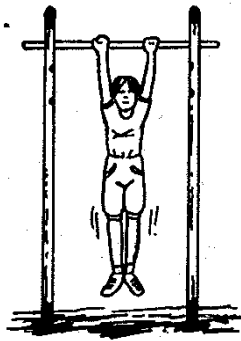
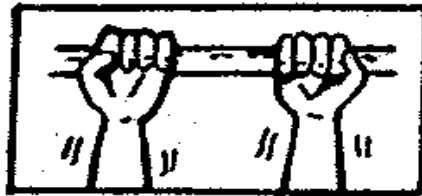
d) Pelaksanaan

Palang tunggal dipasang dengan ketinggian sedikit di atas kepala peserta.

1) Sikap pernulaan

Peserta berdiri di bawah palang tunggal, kedua tangan berpegangan pada palang tunggal

selebar bahu. Pegangan telapak tangan menghadap ke arah kepala (Lihat gambar)



2) Gerakan

Dengan bantuan tolakan kedua kaki, peserta melompat ke atas sampai dengan mencapai

sikap bergantung siku tekuk, dagu berada di atas palang tunggal (lihat gambar)

Sikap tersebut dipertahankan selama mungkin (dalam hitungan detik)

e) Pencatatan Hasil

Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh peserta untuk mempertahankan sikap tersebut diatas, dalam satuan detik. Peserta yang tidak dapat melakukan sikap diatas maka dinyatakan gagal dan diberikan nilai nol (0).

3. Tes Baring Duduk (*Sit Up*) Selama 30 detik

a. Tujuan

Mengukur kekuatan dan ketahanan otot perut.

b. Alat dan fasilitas

- 1) lantai / lapangan yang rata dan bersih
- 2) stopwatch
- 3) alat tulis
- 4) alas / tikar / matras dll

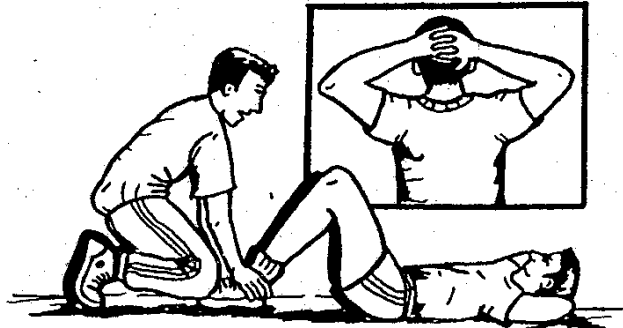
c. Petugas tes

- 1) pengamat waktu
- 2) penghitung gerakan merangkap pencatat hasil

d. Pelaksanaan

- 1) sikap permulaan
 - a) berbaring telentang di lantai, kedua lutut ditekuk dengan sudut 90° dengan kedua jari-

jarinya diletakkan di belakang kepala.



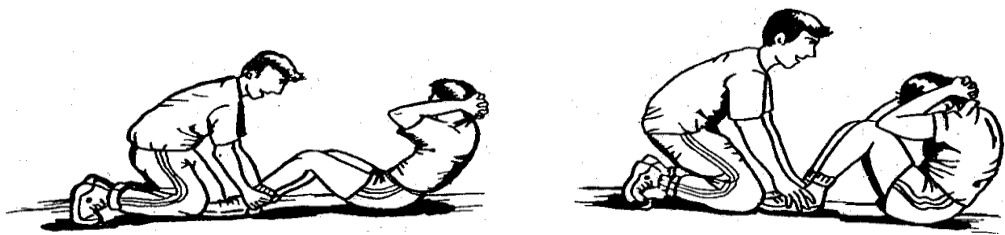
b) Peserta lain menekan / memegang kedua pergelangan kaki agar kaki tidak terangkat.

2) Gerakan

a) Gerakan aba-aba “YA” peserta bergerak mengambil sikap duduk sampai kedua sikunya

menyentuh paha, kemudian kembali ke sikap awal.

b) Lakukan gerakan ini berulang-ulang tanpa henti selama 30 detik



e. Pencatatan Hasil

1) Gerakan tes tidak dihitung apabila :

- pegangan tangan terlepas sehingga kedua tangan tidak terjalin lagi
- kedua siku tidak sampai menyentuh paha

- menggunakan sikunya untuk membantu menolak tubuh

2) Hasil yang dihitung dan dicatat adalah gerakan tes yang dapat dilakukan dengan

sempurna selama 30 detik

3) Peserta yang tidak mampu melakukan tes ini diberi nilai nol (0)

4. Tes Loncat Tegak

a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur daya ledak / tenaga eksplosif

b. Alat dan Fasilitas

1) Papan berskala centimeter, warna gelap, ukuran 30 x 150 cm, dipasang pada dinding yang

rata atau tiang. Jarak antara lantai dengan angka nol (0) pada papan tes adalah 150 cm.

2) Serbuk kapur

3) Alat penghapus papan tulis

4) Alat tulis

c. Petugas Tes

Pengamat dan pencatat hasil

d. Pelaksanaan Tes

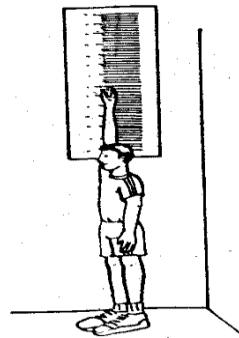
1) Sikap permulaan

a) Terlebih dulu ujung jari peserta diolesi dengan serbuk kapur / magnesium karbonat

b) Peserta berdiri tegak dekat dinding, kaki rapat, papan skala berada pada sisi kanan / kiri

badan peserta. Angkat tangan yang dekat dinding lurus ke atas, telapak tangan

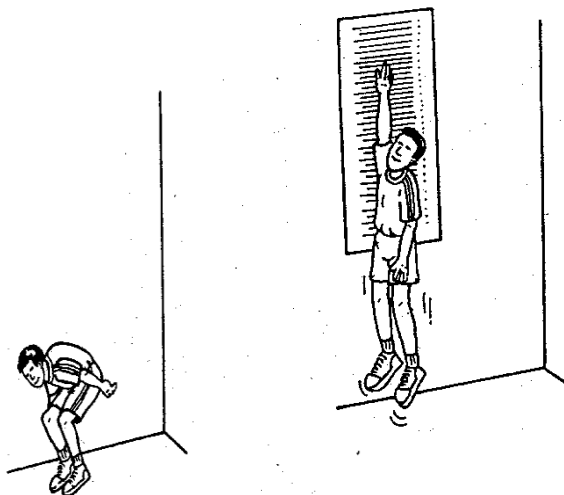
ditempelkan pada papan skala hingga meninggalkan bekas jari.



2) Gerakan

a) Peserta mengambil awalan dengan sikap menekukkan lutut dan kedua lengan diayun ke

belakang



Kemudian peserta meloncat setinggi mungkin sambil menepuk papan dengan tangan

yang terdekat sehingga menimbulkan bekas

b) Lakukan tes ini sebanyak tiga (3) kali tanpa istirahat atau boleh diselingi peserta lain

e. Pencatatan Hasil

- 1) Selisih raihan loncatan dikurangi raihan tegak
- 2) Ketiga selisih hasil tes dicatat
- 3) Masukkan hasil selisih yang paling besar

5. Tes Lari 600 meter

a. Tujuan

Tes ini bertujuan untuk mengukur daya tahan jantung paru, peredaran darah dan pernafasan

b. Alat dan Fasilitas

- 1) Lintasan lari 600 meter
- 2) Stopwatch
- 3) Bendera start
- 4) Peluit
- 5) Tiang pancang
- 6) Alat tulis

c. Petugas Tes

- 1) Petugas pemberangkatan
- 2) Pengukur waktu
- 3) Pencatat hasil
- 4) Pengawas dan pembantu umum

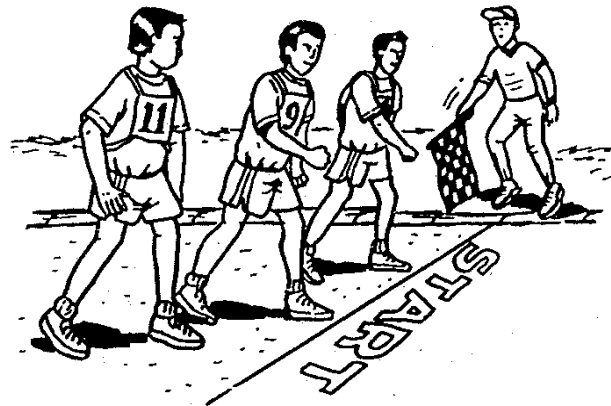
d. Pelaksanaan Tes

- 1) Sikap permulaan

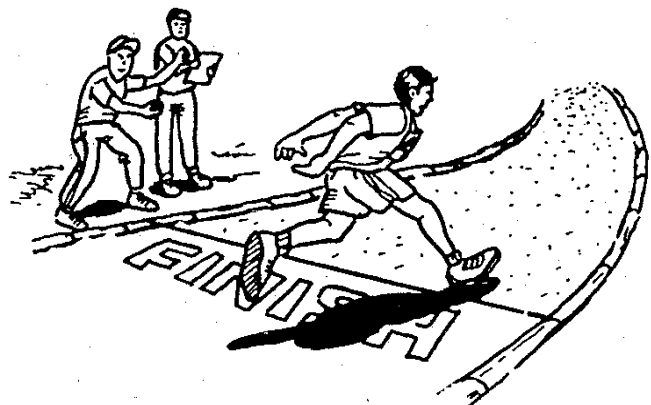
Peserta berdiri di belakang garis start

- 2) Gerakan

- a) Pada aba-aba “SIAP” peserta mengambil sikap berdiri, siap untuk lari



- c) Pada aba-aba “YA” peserta lari semaksimal mungkin menuju garis finish



e. Pencatatan Hasil

1) Pengambilan waktu dilakukan mulai saat bendera start diangkat sampai peserta tepat

Melintasi garis finish

2) Hasil dicatat dalam satuan menit dan detik.

Contoh : 3 menit 12 detik maka ditulis 3' 12"

G. Tabel Nilai TKJI

**Tabel Nilai TKJI
(Untuk Putra Usia 10 -12 Tahun)**

| Nilai | Lari 40 meter | Gantung siku tekuk | Baring duduk 30 detik | Loncat tegak | Lari 600 meter | Nilai |
|----------|--------------------|-----------------------|-----------------------------|----------------------|--------------------------|----------|
| 5 | S.d – 6,3" | 51 – Keatas | 23 - Keatas | 46 Keatas | s.d – 2'09" | 5 |
| 4 | 6,4" – 6,9" | 31" – 50" | 18 – 22 | 38 – 45 | 2'20" – 2'30" | 4 |
| 3 | 7,0" – 7,7" | 15" – 30" | 12 – 17 | 31 – 37 | 2'31" – 2'45" | 3 |
| 2 | 7,8" – 8,8" | 5" – 14" | 4 – 11 | 24 – 30 | 2'46" – 3'44" | 2 |
| 1 | 8,9"- dst | 4"dst | 0 – 3 | 23 dst | 2'45" - dst | 1 |

Tabel Nilai TKJI
(Untuk Putri Usia 10 -12 Tahun)

| Nilai | Lari 40 meter | Gantung Siku Tekuk | Baring duduk 30 detik | Loncat tegak | Lari 600 meter | Nilai |
|--------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------|
| 5 | S.d – 6.7’’ | 40’’ - Keatas | 20 - Keatas | 42 Keatas | s.d – 2’32’’ | 5 |
| 4 | 6.8’’ – 7,5’’ | 20’’ – 39’’ | 14 – 19 | 34 – 41 | 2’33’’ – 2’54’’ | 4 |
| 3 | 7,5’’ – 8,3’’ | 8’’ – 19’’ | 7 – 13 | 28 – 33 | 2’55’’ – 3’28’’ | 3 |
| 2 | 8,4’’ – 9,6’’ | 2’’ – 7’’ | 2 – 6 | 21 – 27 | 3’29’’ – 4’22’’ | 2 |
| 1 | 9,7’’- dst | 0’’ – 1’’ | 0 – 1 | 20 dst | 4’23’’ - dst | 1 |

H. Norma TKJI

Hasil setiap butir tes yang telah dicapai oleh peserta dapat disebut sebagai hasil kasar. Mengapa disebut hasil kasar ? Hal ini disebabkan satuan ukuran yang digunakan untuk masing-masing butir tes berbeda, yang meliputi satuan waktu, ulangan gerak, dan ukuran tinggi.

Untuk mendapatkan hasil akhir, maka perlu diganti dalam satuan yang sama yaitu NILAI. Setelah hasil kasar setiap tes diubah menjadi satuan nilai, maka dilanjutkan dengan menjumlahkan nilai-nilai dari kelima butir TKJI. Hasil penjumlahan tersebut digunakan untuk dasar penentuan klasifikasi kesegaran jasmani remaja.

NORMA TES KESEGERAN JASMANI INDONESIA
(Untuk Putera dan puteri)

| No | Jumlah nilai | Klasifikasi Kesegaran Jasmani |
|-----------|---------------------|--------------------------------------|
| 1. | 22 – 25 | Baik sekali (BS) |
| 2. | 18 – 21 | Baik (B) |
| 3. | 14 – 17 | Sedang (S) |
| 4. | 10 – 13 | Kurang (K) |
| 5. | 5 – 9 | Kurang sekali (KS) |

I. Formulir TKJI

FORMULIR TKJI

Nama :

Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan *

No Dada :

Usia : Tahun

Nama Sekolah :

| No | Jenis Tes | Hasil | Nilai | Keterangan |
|----|------------------------------|------------|-------|------------|
| | Lari 30 / 40 meter * | | | |
| | Gantung : | | | |
| | a) Siku tekuk | | | |
| 1 | Baring Duduk 60 detik |detik | | |
| 2 | Loncat Tegak | | | |
| | - Tinggi raihan : |detik | | |
| | ... | | | |
| 3 | ... |kali | | |
| | ... | | | |
| 4 | .c m | | | |
| | - Loncatan I : | | | |
| | ... | | | |
| | ... |cm | | |
| | ... | | | |
| 5 | ... |menit | | |
| | .c |detik | | |
| | m | | | |
| | - Loncatan II : | | | |
| | ... | | | |
| | ... | | | |
| | ... | | | |
| | ... | | | |
| | c | | | |

| | | | | |
|---|---|--|--|--|
| | <p>- Loncatan III :</p> <p>...</p> <p>...</p> <p>...</p> <p>c</p> <p>m</p> <p>Lari 600 meter *</p> | | | |
| 6 | Jumlah Nilai (tes 1 + tes 2 + tes 3 + tes 4 + tes 5) | | | |
| 7 | Klasifikasi Tingkat Kesegaran Jasmani | | | |

* coret yang tidak perlu

Petugas Tes,

.....

Lampiran 17 Foto Kegiatan Penelitian

